

# 香美市健康まつり 10月5日(日)

私にできることから始めよう！

— 自分の血圧値を知ろう —

10時～14時

保健福祉センター香北

## イベント内容

### 駐車場

- ①太陽光によるポップコーン作り
- ②食育フェア（そばまんじゅう・むしようかん等）
- ③食品販売（五目寿司・パウンドケーキ・もみじバーガー・焼き菓子等）

### 1階

- ①喫茶コーナー
- ②フリーマーケット

### 2階

- ①血圧・体脂肪・骨密度・肺年齢測定・血管年齢測定
- ②健康増進計画PR・お口の健康コーナー
- ③食生活改善推進員活動展・食事診断・みそ汁の塩分チェック
- ④香美市の特産物を使った『アイデア料理』のレシピ展示と人気投票
- ⑤健康に関する小学生の作品展示  
（13時30分から2階大ホールで表彰式があります）
- ⑥認知症予防展
- ⑦結核予防コーナー
- ⑧尿検査で健康チェックコーナー
- ⑨特定健診PR・こころの健康コーナー
- ⑩薬の相談・たばこ・禁煙相談・職業病相談コーナー
- ⑪地球温暖化関係展示コーナー『コツ・コツ電気削減コンテスト』
- ⑫防災グッズ展示、備蓄食の配布
- ⑬ちびっこ広場



## 健康ウォーク

～歩くことから始めてみませんか～

■受付＝9時30分～

■出発＝10時30分

■コース＝保健福祉センター香北  
発着の5kmのコース

### ■参加要領

健康な方ならどなたでも参加できます。ただし、保育園児等の小さなお子さんは、保護者同伴でお願いします。飲み物などは各自ご用意ください。

※万が一、事故が発生した場合は、保険加入範囲内および応急処置以外の責任は負いかねます。ご了承ください。

### ■問い合わせ先

市民保険課 ☎53-3115



## CO2削減電気削減コンテスト

参加方法は？

6月～8月の前年同月より使用量が減っている検針票を12時までにお持ちいただくと、削減率の大きい上位5人の方に、表彰状・賞品を贈呈します。

### ■問い合わせ先

まちづくり推進課 ☎53-1061

10時20分から

## 祝いもちを投げます

雨天時は来場者に配ります。

※もち米をご寄附いただける方は、健康介護支援課までご連絡ください。

### ■問い合わせ先

健康介護支援課 ☎52-9282

## 駐車場

保健福祉センター香北東駐車場  
美良布多目的広場等



## 問い合わせ先

健康介護支援課 ☎52-9282

## 送迎バス

【行き】

プラザ八王子西駐車場 発（定員50人） 9時15分

奥物部ふれあいプラザ 発（定員8人） 9時15分



【帰り】

プラザ八王子 行き（定員各27人） 12時30分・14時

奥物部ふれあいプラザ 行き（定員8人） 13時

## 健康づくり推進員を紹介します

香美市の健康づくりに関する組織として、土佐山田地区には香美市健康づくり婦人会が、香北・物部地区には香美市健康づくり推進協議会があります。協議会の健康づくり推進員は、健康に関する知識を身につけ、学んだことを地域の中で家族・友人・近所の方々に伝えていく健康情報の伝達者です。【問い合わせ先】健康介護支援課 健康づくり班 ☎52-9282

香 北 町	担当地区	氏名	担当地区	氏名
	永瀬	明坂 次児	北岩改	小松美恵子
	蔵野	山中 謙一	萩野	吉本 美月
	白石	大和 弘子	橋川野	武内佐代子
	根須	吉本 康子	白川上	大石 佳
	吉野	西内ふじえ	白川下	木下 恭子
	小川	本吉ます子	五百蔵	竹内 一枝
	大谷	久山 正子		平山美智子
	佐敷	岡村 明美	有川・有瀬・西峯	大城 一恵
	久保川	石川佐代子	日ノ御子	三谷 教子
	韭生野	水田 信子	谷相	美島 慎介
		竹内 清	中谷・横谷	甲田 満
		日高 敦子	朴ノ木	宗石 政子
	上町	吉井 梗一	永野	谷内安都子
	泉町・本町	恒石 恵子		谷 しのぶ
	新田	小松喜美子 五百蔵幸子	大井平・大東・梅久保	山下 人美 萩野 啓子
	本田	清水 由里	清爪	山中 善子
	下野尻	石川 由美	猪野々	大和 信子
	太郎丸	小松 典子		森本 智子
	南岩改	小松 一恵		村上 文子
		山崎 智恵		
物 部 町	担当地区	氏名	担当地区	氏名
	庄谷相・拓	小松 律男	日の地	稲垣 和子
	中谷川・頓定	公文 宏明	押谷	小松 利子
	浦山	小松 智恵	小浜・根木屋	小松 勝子
	高尾・宮ノ前・堀田・大比	近藤 操	岡ノ内・別役	宗石由喜恵
	栄町・大正町・日本町	西野 桂	市宇・別府	松本 久子
	東本町・都町・本町	門脇 芳美	五王堂・大西・南池・中上	高橋 真由
	南組・日ノ出町	岡村 妙子	笹	森安 福女
	中ノ上組・池田町・仲町・中屋組	和田 香代	黒代	公文世津子
	駅前町・久保組	上池 英世	安丸	田中 浅子
	西町・下の地	坂本 禅	神池	爲近 香代
	大北組・仁井屋組	森田 成子	楮佐古	楮佐古貴代
	塩	高瀬 明子	平井	公文 静代
	東山崎・西山崎・影山崎	森本八千代	立花	岡本 伸子
	影仙頭・小川	坂本 春野		



任期：平成26年4月1日～平成28年3月31日